Nr. 9 Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE



A teraz do łóżeczka!

Janeczka dostała już swą zupkę z mączki **NESTLÉ'A** i teraz idzie zadowolona do łóżeczka. Mamusia nie potrzebuje jej usypiać, gdyż zaledwie mała główka spocznie na poduszce, a już oczka tulą się do snu i Janeczka śpi spokojnie aż do rana.

Mączka NESTLÉ'A sprawia to, że Janeczka w ciągu dnia jest stale wesoła i żywa, wieczorem zaś zasypia zdrowym snem.

....

Po nadesłaniu tego kuponu pod adresem:

NESTLÉ, Gdańsk, Krebsmarkt 7/8

wysyłamy bezpłatnie próbną puszkę **Nestlé'a mączki** dla dzieci oraz broszurkę Dr. Vidala p. t. „Rady Lekarza dla młodych matek".

Miejscowość: ....

Nazwisko: ....

Ulica, Nr.: ....



Zbliża się sezon jarzyn

Przyrządzania potraw z jarzyn nauczy cię numer specjalny tyg. „Mój Dom" p. t.

JARZYNY

Cena 80 gr.

Wysyłamy po otrzymaniu w znaczkach pocztowych lub na P. K. O. konto 14.560.

Adm. tyg. „Kobieta Współcz." Warszawa — Górnośląska 20.

ROK V. Nr. 9

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU

POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT MAJOWY 1931 R.

W BOCIANIEM GNIEŹDZIE



FOT. W. STACHIEWICZOWA

Kołyska czy łóżeczko?

Dla rodziny oczekującej przybycia pierwszego potomka obok wielu innych kłopotów, związanych z przygotowaniem wyprawki dla niego, jeden z najważniejszych stanowi kwestja, w czem maleństwo ma leżeć: w kołysce, w łóżeczku, czy w wózku.

Kwestja ta jest specjalnie ważna przy pierwszem dziecku, gdyż rodzice raz dokonawszy wyboru, przy następnych dzieciach zmartwienia tego przeważnie już nie mają.

Nad tem toczą się poważne narady i ożywione rozmowy przy współudziale prababci, babci, cioci, bliższej i dalszej rodziny, przyjaciół i znajomych.

Zarówno za kołyską, jak i za łóżeczkiem czy wózkiem, tak i przeciw nim są wysuwane liczne dowody, przyczem prababcie, babcie i wogóle osoby starsze w większości przypadków wypowiadają się stanowczo za kołyską,za którą przemawiają i tradycje i sentyment, i rzekoma łatwość utrzymania spokoju w domu, gdyż w razie płaczu dziecka jakoby wystarczy kołysać przez kilka minut, aby się uspokoiło i zasnęło. Najważniejszy wreszcie dowód, wysuwany przez starsze panie, który ma dostatecznie przekonać i zgnębić przeciwników kołyski, jest ten, że babcia wie lepiej, gdyż tyle a tyle dzieci wychowała, wszystkie spały w kołysce i były zdrowe. (Przepraszam w tem miejscu babcie myślące współcześnie.)

Jakąż wartość mają te dowody?

Tradycja jest pojęciem bardzo pięknem i szanownem, ale przecież nie wszystko co było dobre za naszych prababek, musi być dobre dziś. Ludzie myślą, uczą się i zastępują rzeczy dobre — lepszemi.

Co do tego, że dziecko kołysane mniej krzyczy i prędzej zasypia, to może to mieć miejsce tylko w stosunku do tych dzieci, które są do takiego postępowania z niemi przyzwyczajone. Dziecko zdrowe, najedzone i suche, albo śpi, albo rozgląda się, gaworzy samo ze sobą, a jeżeli jest nieco starsze, to bawi się.

Krzyk dziecka jest oznaką albo jego choroby, albo głodu, albo tego, że dziecko ma mokro, a może wszystkich tych przyczyn naraz, albo też jest oznaką nudy i ma na celu sprowadzenie kogoś, ktoby krzykacza kołysał, nosił czy bawił się z nim.

Nie należy więc zarówno dla spokoju matki czy piastunki, jak i dla

uniknięcia rozkapryszenia się dziecka kołysać go, czy nosić.

Kołysanie nie jest zresztą i dla zdrowia dziecka obojętne, gdyż może wywołać, zwłaszcza u dzieci wrażliwych, wymioty, tak samo jak kołysanie się okrętu na morzu wywołuje u pasażerów morską chorobę.

Dziecko może wreszcie przy kołysaniu wypaść z kołyski i potłuc się.

Należy też zwrócić uwagę i na to, że kołysanie niepokoi sąsiadów zwłaszcza tych mieszkających o piętro niżej i przez ciągłe jednostajne dudnienie, które powstaje od uderzania biegunów kołyski o podłogę, może odebrać sąsiadom sen i zatruć im pobyt we własnem mieszkaniu.

Kwestja, że babcia wie lepiej, jak wychowywać dzieci, gdyż ma doświadczenie, to, pomimo całego szacunku dla doświadczenia, należy przyznać, że jednak teraz lepiej umiemy wychowywać, gdyż chociaż dzieci rodzi się procentowo mniej, to i mniej ich umiera, a więcej dorasta i zdrowo się rozwija.

Myślę więc, że dowody babci w obronie kołyski upadły i że przekonałem młode mamusie, iż nie powinny się dać nakłonić do używania tego przestarzałego mebla.

Wózek nie nadaje się do trzymania w nim dzieci w domu, ponieważ jako otoczony ceratą, a choćby skórą, nie przepuszcza powietrza i powoduje pocenie się dzieci i odparzenia. Powinien być używany tylko do wożenia dzieci na spacer, a i to powinien być możliwie najpłytszy i przewiewny.

Po odrzuceniu kołyski i wózka pozostaje tylko łóżeczko.

Kupując dziecku łóżeczko, oprócz tego że unikniemy wad kołyski, czy wózka, damy jeszcze maleństwu większy dopływ powietrza i światła, uchronimy je od wypadnięcia, nie damy otoczeniu pokusy do kołysania, unikniemy wreszcie zbędnych wydatków, gdyż łóżeczko drewniane nie jest droższe niż kołyska, a z wikliny jest nawet tańsze.

O tem jakie powinno być łóżeczko podamy w jednym z następnych numerów.

Dr. Z. Morawski.



Nie całować dzieci

Jakto? Dlaczego?

Nie całować tych pięknych, rozkosznych stworzeń, kochanych wnuczków, siostrzeńców i innych krewniaków, dzieci znajomych i przyjaciół.

Jakto?

Więc może i własnych dzieci nie całować? Któż to wpadł na taki bolszewicki pomysł?

Odpowiedź twarda — tak, nie wolno.

Całować, zwłaszcza w usta, nie wolno żadnego dziecka, a specjalnie niemowlęcia, bez względu na to, czy to będzie dziecko własne, cudze, bliskie, czy dalekie krewne.

Tak jak istnieją napisy w tramwajach „nie wolno palić", „nie pluć na podłogę", tak samo każde niemowlę na śliniaku, czy na sukience winno mieć wyszyte: „nie wolno mnie całować".

Jaką bezsilną złość musi przeżywać roczny dzieciak, gdy na uroczystości jego urodzin cała zgromadzona rodzinka, starsze kaszlące babcie, wąsaci wujaszkowie, ciocie, znajomi i znajome rodziców, po kolei go obcałowywują. No bo jakże takiego nie pocałować?

A mamusia i tatuś radują się, że dziecko ich jest takie kochane przez rodzinę.

Lecz nie wie i nie da sobie wytłomaczyć to rozcałowane towarzystwo, że pocałunki mogą się stać czynami zbrodniczemi.

Gdy nowoczesna matka probuje czasem protestować, ściąga na siebie święte oburzenie przedewszystkiem babci.

„Toć ja siedmioro was wychowałam, pożeniłam, powydawałam za mąż, a taka co to ma pierwsze dziecko i przewinąć go dobrze nie umie, wyczytała jakiś bolszewicki artykuł w Młodej Matce, mądrzy się i mnie doświadczonej kobiecie będzie prawić morały."

To są zwykłe argumenty; na dodatek jeszcze parę słów: „A bo to ja jaka chora, zarażona. Chwała Bogu siedemdziesiątki już dobiegam i poza kaszlem i artretyzmem nic mi nie dolega".

Straszne gniewy i awantury ściąga na siebie postępowa matka, która sama nie całuje dziecka i nikomu tego czynić nie pozwala.

Ale dlaczego właściwie nie można całować?

Dlatego, że grozi to dziecku wielkiem niebezpieczeństwem. Im dziecko młodsze, tem niebezpieczeństwo jest większe.

Wiele ludzi czujących się zdrowo, choruje na ukryte, nie dające jeszcze objawów zewnętrznych choroby.

Jama ustna zdrowego jak rydz człowieka pełna jest chorobotwórczych drobnoustrojów, które mu narazie nie szkodzą, czekają dopiero na moment jego słabości, chętnie jednak przenoszą się do innych słabszych osobników, o ile im tylko nadarzy się sposobność.

Czyż może być lepsza sposobność niż pocałunek?

Pozatem iluż to zdeklarowanych zupełnie chorych, zwłaszcza gruźlików nie orjentuje się zupełnie co do stanu swego zdrowia, nie leczy się, poprostu uważa się za zdrowych.

Zwłaszcza gruźlica starców przebiegająca łagodnie i przewlekle, często jest bagatelizowana, lub niezauważana Mówi się — kaszle, jak to stary.

Ile to setek tysięcy mikroskopijnych zarazków może przejść do ust zdrowego dotychczas dziecka z tych ust - rezerwoarów laseczników dyfterytu, gruźlicy i innych paskudztw.

Błona śluzowa ust dziecka chłonie je łatwo, organizm cały nie posiada jeszcze tyle siły, żeby je zabić, rozmnażają się więc swobodnie i pakują dziecko w ciężką chorobę.

Gdy Ci, Matko, babcia, lub ciocia twego dziecka mówi o tem wychowaniu tylorga dzieci, z zastosowaniem całowania, zapytaj się: czy one nie przechodziły przypadkiem chorób zakaźnych, zapytaj się: czy nie zmarło tam jedno lub więcej dzieci na jakiś krup, lub zapalenie opon mózgowych.

W wyjątkowych tylko wypadkach usłyszysz, że żadne dziecko na nic nie chorowało.

Ale i wtedy nie będzie to poważnym argumentem, dla obrończyni całowania, będzie to tylko dowodem, że miała ona wyjątkowe szczęście, lub wyjątkowo odporne dzieci.

A zresztą rzućmy w kąt argumenty lekarskie, które zdaje mi się, że były dostatecznie przekonywujące. Rozważmy sprawę z innej strony.

Wyobraźmy sobie, że nieznany pan całuje na ulicy, w biały dzień, nieznajomą panią, mimo jej woli. Przeważnie następuje natychmiast po tem uderzenie w twarz, policja, protokuł, sprawa sądowa, kara.

Czy dwutygodniowe, lub nawet trzymiesięczne niemowlę ma wielką chęć do całowania się z nieznanemi sobie osobami. Zdajmy sobie sprawę, że jest to przyjemność tylko jednostronna, powodująca dla strony drugiej przykrość i niebezpieczeństwo. Wykorzystywujemy nieludzko bezsilność i niemożność dochodzenia na drodze prawnej, niedostępnej jeszcze dla tych małych obywateli, ich przywilejów.

Kochany wujku. Spójrz w lustro na swe wąsy po zjedzeniu zupy i zapytaj siebie, ale tak szczerze, czy twój 6-letni siostrzeniec całujący się z tobą po obiedzie uśmiecha się przy tem szczerze?

Czy mu to całowanie sprawia tak wielką przyjemność?

Dr. Cz. Hoppe.

Kilka słów o „wiatrach” u niemowlęcia

Poród odbył się.

Przyszło na świat wątłe, bezradne i bezbronne maleństwo. Program dnia, gdy matka tylko sama już zacznie się zajmować dzieckiem jest obficie wypełniony: wszystkie niemal godziny, poświęca niemowlęciu. Trzeba je karmić, zmieniać pieluszki, pudrować, kąpać.

Mijają dni i tygodnie. Życie dziecka upływa prawie we śnie, przerywanym od czasu do czasu niezbyt głośnym płaczem: w ten sposób dziecko upomina się o pokarm, o zmianę mokrej pieluszki lub o poprawienie pościeli, bo oto grubszy fałd pieluszki wpija się w delikatne ciało niemowlęcia i sprawia mu ból. Gdy przyczyna płaczu niemowlęcia została odkryta i jego wymaganiom stało się zadość, życie matki oraz jej otoczenia znowu weszło na normalne tory. Niemowlę śpi beztrosko.

Ale oto pewnego dnia płacz dziecka znowu wniósł niepokój do domu. Tym razem karmienie, zmiana pieluszek, nawet... noszenie na ręku nie odnosi żadnego skutku. Dziecko nie przestaje płakać: napina brzuszek, kurczy nóżki. Na chwilę zasypia, ale wkrótce znowu budzi się i zaczyna płakać, na twarzy maluje się wyraz pewnego cierpienia i niepokoju.

Przyczyną tego rodzaju stanu dziecka mogą być gazy, a raczej ich nadmiar w przewodzie pokarmowym.

Co to są za gazy i skąd się one tam biorą?

Część tych gazów stanowi powietrze, które dostaje się przy połykaniu pokarmu przez dziecko do żołądka, a potem nawet do kiszek.

Reszta gazów tworzy się w kiszkach na skutek fermentacji niektórych składników przyjętego pokarmu. Skład tych gazów stanowi: wodór, dwutlenek węgla, gaz bagienny, siarkowodór, azot oraz tlen. Powstawanie tych gazów w jelicie dziecka jest zjawiskiem fizjologicznem. Gazy te częściowo wsysają się przez ściany przewodu pokarmowego, częściowo wydalają się nazewnątrz.

Najczęściej między ilością wytwarzanych gazów w kiszkach oraz wsysaniem się ich i wydalaniem istnieje równowaga. Zdarza się jednak, zwłaszcza w pierwszych miesiącach życia niemowlęcia, że ta równowaga zachwieje się: w przewodzie pokarmowym pozostaje tych gazów więcej, niż ich się wsysa i wydala.

Nadmiar tedy gazów w kiszkach i częściowo w żołądku może spowodować pewne dolegliwości u niemowlęcia. Możemy tu zatem mieć odbijania, pewien niepokój, wzdęcie brzuszka, mniejsze lub większe bóle. Oczywiście, dziecko grymasi, płacze, napina brzuszek, kurczy nóżki.

Jest to naogół zjawisko przejściowe, rzadko trwające dłużej; większego ujemnego wpływu na stan ogólny

oraz samopoczucie dziecka nie wywiera. Wyraz cierpienia na twarzy dziecka może się kolejno zjawiać to ustępować. To samo i z płaczem.

Jak należy w tych wypadkach postępować, żeby niemowlęciu przynieść ulgę? Przedewszystkiem należy uregulować karmienie. Mam tu na myśli zbyt częste lub nieregularne karmienie, które niekiedy jest źródłem tego rodzaju zaburzeń. Korzystniej jest tu rzadziej karmić, niż zbyt często. Gorący kompres na brzuszek niewątpliwie jest tu czasami wskazany Masaż brzuszka również często nie pozostaje bez dobrego skutku. Lewatywa zapomocą gumowej gruszeczki najczęściej przynosi ulgę. W uporczywych przypadkach sproszkowany węgiel drzewny lub zwierzęcy (według wskazówek lekarza).

Najbardziej ulubionym środkiem w domowem lecznictwie jest olej rycynowy i tak zwany troisty proszek. W opinji szerszego ogółu matek te przeczyszczające środki stawiane są na pierwszem miejscu w leczeniu wszelkich dolegliwości u dzieci.

Należy tu podnieść, że środki te często wyrządzają dzieciom, szczególnie niemowlętom, krzywdę. Bo środki te nieumiejętnie dawkowane są źródłem nowej choroby — dłużej lub krócej trwającego rozwolnienia. A takie dłużej trwające rozwolnienie może zachwiać dobrostanem dziecka i tem samem obniżyć jego odporność w stosunku do rozmaitych chorób.

Stosowania więc na własną rękę oleju rycynowego i proszku troistego w wieku niemowlęcem należałoby zupełnie zaniechać.

W uporczywych przypadkach omawianych dolegliwości nie wystarczy domowe leczenie w postaci tego czy innego zabiegu — zastosowanego przez matkę. Należy wówczas ustalić przyczynę nadmiernego nagromadzenia się gazów w kiszeczkach dziecka i później już zwalczać chorobę. To oczywiście należy do lekarza.

Nadmieniłem więc już wyżej, że obecność nadmiernej ilości gazów w przewodzie pokarmowym u dziecka jest naogół zjawiskiem przejściowem i nie powodującem poważnego cierpienia. Błędem więc byłoby kłaść na karb nadmiaru tych gazów jakieś cięższe zaburzenie, objawiające się ustawicznym płaczem, niemal krzykiem dziecka, uporczywemi wymiotami, lub krwawemi stolcami, podniesioną ciepłotą i t. p.

W tych wypadkach jest konieczna niezwłoczna pomoc lekarska.

Dr. S. Średnicki.



Mamusia i bliźniaczki.

O racjonalne zasady odżywiania rodziny

I.

Z pośród licznych i uciążliwych obowiązków matki - gospodyni na pierwszy plan wysuwa się sprawa odżywiania rodziny.

W układzie naszego życia panuje niezwykły w innych krajach chaos i brak rozpowszechnienia udoskonaleń, któreby czynności gospodarcze czyniły lekkiemi, prostemi i przyjemnemi. Mam na myśli brak ustalonej dla wszystkich pory obiadowej, zupełne niezorganizowanie dostawy produktów do domów, wadliwe planowanie kuchni i mieszkań, oraz panujący pogląd na przyrządy ułatwiające pracę w gospodarstwie domowem, jako na zbytek.

Do prowadzenia swego domu przystępuje kobieta zamało, lub wcale nie przygotowana. Od niedawna dopiero w szkołach zaczynają wprowadzać naukę gospodarstwa, z domu zaś zachowuje się raczej wadliwe doświadczenia, nic wspólnego nie mające z współczesnemi wymaganiami życia i postępu. W okresie wychowania dzieci dołączą się jeszcze jeden kłopot i trud, o ile oczywiście matka jest troskliwa; osobna zupełnie kuchnia dla drobiazgu. A wszakże przygotowanie dwuch obiadów, to podwójny trud, a wydatek też niepomiernie zwiększony. Gdy rodzinę stać na utrzymanie służby, wtedy odbija się taka sytuacja na budżecie domowym i na skargach służby na wymagania pani domu, — gdy matka sama własnoręcznie przygotowuje pożywienie, co przecież jest najczęstsze, uniemożliwia to dokładne wypełnienie obowiązków, a najczęściej przekracza siły jednego człowieka.

Ale cóż należy uczynić, gdy lekarz nakazuje dziecku pewną djetę i uregulowanie pór posiłków, a życie ustaliło zwyczaje i upodobania rodziny w całkowicie innej formie!

Według mego zdania zasadnicze trudności w organizowaniu odżywiania powstają z braku rozpowszechnienia wiadomości przyrodniczych i ekonomicznych, których posiadanie umożliwiłoby podejście do zagadnienia djety, czy też planowania codziennego menu na zasadach racjonalnych pod względem higjeny, a praktycznych i oszczędnych. Nie będę chyba daleką od prawdy jeżeli powiem, że z małemi wyjątkami, zdrowe, zwykłe pożywienie, oparte na prostych potrawach, dobrze przyrządzonych, jest dostępne dla całej rodziny, z wyjątkiem chorych i niemowląt, nieposiadających jeszcze ząbków. Oczywiście z zastrzeżeniem, że dzieci stopniowo przyzwyczajają się do pożywienia, a dorośli zrezygują z niezdrowych upodobań, lub odłożą spożywanie pokarmów, bez których się nie mogę obejść, na specjalną porę jedzenia. Oczywiście wyniklaby jeszcze potrzeba uregulowania

godzin obiadowych. ale ta sprawa doprawdy powinna być już rozstrzygnięta. Myli się bowiem ten, kto sądzi, że tylko zdrowie dziecka wymaga punktualności: pierwsze niedomaganie trawienne nabyte skutkiem niesystematycznego odżywiania się, nauczy każdego o konieczności tej zasady dla wszystkich.

Ciekawe jest, że zasady racjonalnego odżywiania, lekceważone przez jednych, przez innych znów uważane za zbyt trudne, na wsi posiadają już uznaną opinję i stanowią podstawy żywienia, ale... zwierząt domowych. Normy w zastosowaniu do potrzeb organizmu i wykonywanej pracy, dawkowanie poszczególnych składników: białka, tłuszczów, węglowodanów, soli mineralnych, waga pokarmów i jego kaloryczna (cieplikowa) wartość, nie stanowią już zagadki dla wieśniaka posiadającego krowę, a chcącego mieć dochód z mleka, lub mającego zamiar prędko i oszczędnie utuczyć prosię. Nawet wśród młodzieży wiejskiej są przeprowadzane konkursy racjonalnego chowu i żywienia zwierząt, a wyniki podobno są więcej niż zadawalniające. Czyż tylko względy natury materjalnej są mocne skłonić człowieka do myślenia i stosowania wiedzy? A przecież właśnie te względy są aktualne obecnie; ileż to trzeba się będzie natroskać, by przy zmniejszonych dochodach zaspokoić różnorodne potrzeby rodziny

Spróbuję postawić tezę, że przy uwzględnieniu racjonalnych zasad odżywiania, a więc stosując rozumowy system w gospodarce, można tak planować odżywianie, aby z małem i łatwem przystosowaniem dla dzieci, jedno mieć gotowanie, jedno zmywanie i niezbyt duży wydatek. Przyzwyczajenia wszakże można zwalczyć, o ile się to czyni powoli i w imię dobra wspólnego, wprowadzając zwłaszcza zasadę, że pierwszą zaletą każdej potrawy djetetycznej i zwyklej jest dobry smak i estetyczny, apetyczny wygląd.

Wiadomy jest wpływ, jaki wywiera szkoła, do której uczęszczają dzieci, na poziom umysłowy całej rodziny, również i wiadomości z higjeny przynoszone przez matkę ze stacji opieki, lub udzielane przez prywatnego lekarza, winny kształtować w dodatnim kierunku życie rodziny?

M. P. K.

Na marginesie dyskusji „Rozmowa z dzieckiem o zagadnieniach płciowych”

III.

Doszliśmy do ustalenia zasady, że na pytania dziecka dajemy z zupełną prostotą odpowiedź, zawierającą w sobie **dostępną dlań prawdę.**

Dostępną prawdę. To znaczy tyle, ile dziecko jest w stanie objąć swoim mózgiem. Nie łudźmy się, by dziecko zrozumiało naszą odpowiedź zupełnie dokładnie. Aż do okresu dojrzewania płciowego dziecko zawsze będzie miało z zakresu tych zagadnień pojęcia mętne, nieraz poważnie zniekształcające rzeczywistość.

Nie powinniśmy się tem niepokoić.

My tylko sami musimy być w stosunku do dziecka jako jego informatorzy w całkowitym porządku. My sami musimy go poważnie i prawdziwie informować. A że się te informacje w jego świadomości w ten lub inny sposób nieraz nawet niezupełnie zgodny z rzeczywistością ułożą — to jest kwestja nie istotnej wagi. Dziecko które ma niczem niezmącone zaufanie do matki nie raz powróci jeszcze z biegiem lat do tego tematu i samo stopniowo będzie korygowało i ustalało swoje pojęcia w tej dziedzinie spraw.

Spójrzmy na charakterystyczny przykład.

Sześcioletni Krzyś, który ma siostrzyczkę dwuletnią i nieraz już z mamą mówił na temat jej przyjścia na świat, ma taką rozmowę z matką.

Krzyś: — Mamo! ja się już rozmyśliłem i chyba wcale się nie ożenię.

Mama: — Jakto? nie chciałbyś mieć ani żony, ani dzieci.

Krzyś: — Żony nie chcę mieć, a dzieci to już sam jakoś sobie urodzę.

Mama: — Przecież jesteś chłopcem — a dzieci mogą urodzić tylko kobiety.

Krzyś: — Ach, prawda, zapomiałem o tem.

Rozmowa skończona. Matka jest głęboko przekonana, że Krzyś choć w zasadzie wie, że dzieci mogą rodzić tylko kobiety, gotów o tem znowu z całą swobodą zapomnieć.

Bo sprawa ta nie ma teraz dla niego istotnej wagi, nie ma tego ciężaru gatunkowego, którego nabierze dopiero z czasem, gdy po dziesięciu, czy dwunastu latach stanie się dla niego kwestją stojącą na zupełnie innym przekroju życia, gdy wejdzie mu w jego młodzieńczą, budzącą się do pełni życia krew i duszę.

Określiwszy zakres naszych odpowiedzi w ten sposób — że — dajemy dziecku tylko dostępną dlań prawdę — musimy jednocześnie stwierdzić, że pytania dzieci potrafią być niekiedy bardzo natarczywe i bardzo daleko idące. Mam głębokie przeświadczenie, że mimo wszystko do

granic nakreślonych w rozmowie owej matki bolszewickiej z pięcioletnim Alusiem dojść może chyba tylko jedno na wiele tysięcy dzieci. Rozmowy te muszą być prowadzone w zakresie dla każdego dziecka określanym całkowicie indywidualnie, w zależności od stopnia jego ogólnego rozwoju umysłowego, w zależności od stopnia napięcia jego zainteresowania temi zagadnieniami i w zależności od środowiska rówieśników, z któremi dane dziecko przestaje. Uważam bowiem, za rzecz bardzo niepożądaną, gdy dziecko całkowicie nieuświadomione przestaje w towarzystwie dzieci uświadomionych lub co gorsza na tle spraw seksualnych rozbudzonych. A nie łudźmy się — ten typ dzieci spotyka się u nas bardzo często — częściej niż to się matkom wydaje.

Na zakończenie przytoczę przykład, który może niejednej matce da głębszy materjał do przemyślenia.

Na pewnem letnisku — matka dwóch dziewczynek 6 i 8 letniej Alusi i Kazi dowiedziała się, po miesięcznym pobycie — że 9-cio letni Oleś, w którego towarzystwie dość często wraz z gronem innych dzieci bawiły się w ogrodzie, jest chłopcem zdeprawowanym i ponad wiek swój sprawami seksualnemi zainteresowanym. Specjalną satysfakcję sprawiało mu między innemi uświadamianie innych młodszych dzieci, zwłaszcza dziewczynek.

Gdy matka zaniepokojona temi relacjami o Olesiu zaczęła w niesłychanie ostrożny i delikatny sposób zadawać pytania swoim córeczkom, by przekonać się, czy i one nie były przez chłopca wciągane do rozmowy na tematy seksualne, starsza 8-letnia Kazia odpowiedziała.

„Nie mamo — on ze mną o tem nie rozmawiał. On powiedział o mnie, że ze mną nie ma co gadać, bo jestem dobry numer i wiem, że dzieci wcale bocian nie przynosi“.

A więc nie t. zw. niewinność — jak to bywa w staroświeckich powieścidłach — ale mądre uświadomienie i co za tem idzie uodpornienie na „nowinki“ podawane w niezdrowej formie — stało się najlepszą obroną zdrowego moralnie dziecka przed zdegenerowanym i niezdrowym informatorem.

Jak powiedzieliśmy bowiem system profilaktyki w wychowaniu dziecka jest słuszny i wskazany.

Wanda Pełczyńska.

Niebezpieczne obrazki

Żuk bardzo lubi oglądać książki i w poszukiwaniu obrazków nieraz darł nielitościwie kartki. Dziwnie trudno go było nauczyć poszanowania dla słowa drukowanego. Swoje zeszyciki z konikami, kurkami rozkłada z amatorstwem, opowiada, niby czytając, podpisane pod spodem wierszyki. Już wie, co to jest słoń i papuga (niełatwo jest znaleźć dostosowane do poziomu dwuletniego dziecka książeczki obrazkowe, — przeważnie są pod względem graficznym okropne, a treściowym za poważne).

Ofiarowaną mu przez samego autora śliczną książkę o śwince, piesku, króliczku z rysunkami Bartłomiejczyka „zaczytał“ doszczętnie.

Gdy zachorował na grypę i po spadku temperatury nie wolno mu było jeszcze wstawać, obrazki były doskonałą rozrywką. Ale posiadane książeczki nie wystarczały, więc radośnie został powitany katalog kurzy i niezmiernie ciekawe rzeczy były odkrywane zarówno w różnych obliczach kur i kogutów — ulubionym został „stary olpinton“ (orpinkton), jak i w dziale ogłoszeń — gdzie figurowały myszki i „pan z maseczką“. Lecz wszystkiego było mało i wkrótce zjawiał się na kołderce „Płomyczek“.

Trafiła się jakaś barwna historyjka o chłopczyku, co chciał pieska podrażnić i położył mu koło budy obwarzanek, myśląc, że go nie dosięgnie — ale piesek sobie łapą dopomógł i na ostatnim obrazku widniał płaczący chłopczyk i chrupiący obwarzanek piesek. W opowiadaniu całej tej powiastki babcia opuściła moment psotnego żartu chłopca i słusznej kary, — a raczej wyszło na to, — że to piesek porwał obwarzanek i dlatego poszkodowany zalewa się łzami.

Nie miałam wrażenia, by cała ta historyjka wywarła jakieś większe wrażenie, bo nie kazał jej sobie więcej w ciągu dnia powtarzać.

Wieczorem, była coś 10-ta, obudził się ze strasznym krzykiem. Początkowo trudno się było czegoś od zaspanego dziecka dowiedzieć — tem więcej, że upewniwszy się, że jestem przy nim zasypiał, by znów po chwili zerwać się z wrzaskiem. Zauważyłam, zresztą nieraz mu się to zdarzało, że wsadził nóżkę między pręty siatki. Właśnie zaczęłam mu ją wyjmować — gdy znów się rozkrzyczał — wśród szlochów począł opowiadać, że piesek złapał go za nóżkę. Poczęłam rozmawiać z nim: „Przecież Nora (ulubiona wyżlica) nigdy cię za nóżkę nie łapie“.

„To nie Nola, to ten piesek“.

Skombinowałam, że to Płomyczkowa historja takie daje reminiscencje.

„Tu niema tego pieska — stróż go zabrał do budy“.

„Piesek jest ziamknięty“... we-

stchnienie ulgi i poczyna się układać na poduszeczce. Nim usnął jeszcze kilkakrotnie porywał się z krzykiem i uspokajał powiedzeniem, że piesek jest w budzie w podwórzu.

Kilka nocy nie dał nam ten pies spać — zapytany doktór — zauważył: „czy Płomyk jest dla dwuletnich dzieci?“

Morał z tej całej historji się wywodzi, że nigdy nie wiadomo, jakie u dziecka powstaną skojarzenia — i że trzeba się wystrzegać zbyt skomplikowanych opowiadań. Swoją drogą „cudne“ opowiastki ze słynnej „Złotej różdżki“ — proszę się na mnie nie oburzać, już trzecie pokolenie się niemi raduje jakoś nieszkodliwie — a prababcia ma niemałą uciechę, gdy dzieciaki dobijają się o historje o Stasiu czupiradle i Kasi. Otóż owe straszliwe dzieje Kasi, „co zgorzała“ i obciętego palca Juleczka, mijają bez wrażenia. Ani owego krawca, co wpada, jak pantera“ (wogóle niewiadomo, co to jest pantera), ani pożaru, dziecko nie widziało — jest to dla niego coś dalekiego — czasem przypomina się przy czesaniu („co za grzywa“), lub gdy mamusia nie pozwala się bawić zapałkami — ale piesek, to było coś bardziej bliskiego — Nora nie gryzie — ale pieski w podwórzu są złe. Więc były niespokojne sny.

Z. D. Kańska.

W ogródku jordanowskim

— Trzeba będzie oddać Maciusia do przedszkola — powiedziała mama do ojca po powrocie ze wsi — chłopak skończył cztery lata, jest jedynakiem, nudzi mu się w domu, psoci, musi iść pomiędzy dzieci i mieć zajęcie.

— Jestem tego samego zdania — odparł ojciec — tak dalej być nie może. Wyrośnie z chłopaka egoista i dzikus.

Powiedziano — zrobiono.

Nazajutrz wszczęła mama poszukiwania odpowiedniego przedszkola. Dużo było z tem kłopotu. Nie wszędzie się mamusi podobało, w niektórych szkółkach orzeczono, że dziecko jest za małe, w innych chciano je zapisać zbyt skwapliwie. Po długich tarapatach zdecydowała się mamusia na jedno z milej prezentujących się przedszkoli i Maciuś, zachęcony przez rodziców, pomaszerował raźno do „roboty“. Ciężkie jednak były pierwsze dni. Leniwie jakoś ociągał się malec, aż wreszcie zbuntował się i po paru dniach płaczów i krzyków oświadczył, że do przedszkola nie chce chodzić. Rodzice w głowę zachodzili, czemu mały, taki towarzyski i lubiący dzieci, stroni od szkółki, gdzie się nim serdecznie zajmują, organizują ciekawe gry i pozwalają bawić się dowoli. Dziwne, zaiste

dziwne. Jak zbadać tę tajemnicę? Mamusia zaczyna bacznie obserwować Maćka. Tłomaczy mu, że, przecież w szkółce jest dobrze, i pyta łagodnie

— Powiedz, Maciusiu, czemu nie chcesz chodzić do przedszkola?

— Nie wiem — odpowiada Maciuś z tępą minką.

— Czy ci tam źle?

— Nie.

— Więc czemu, powiedz, nie bój się.

I jeszcze raz to samo uparte:

— Nie wiem.

Mamusia myśli. Przypomina sobie powiedzenie właścicielki jednego z tych przedszkoli, do których Maciusia nie chciano przyjąć:

— Za mały, proszę panią, ma jeszcze czas, niech użyje swobody i świeżego powietrza, nie trzeba go tak wcześnie podporządkowywać rygorowi szkolnemu, który bądź co bądź musi tu być stosowany.

Pewnego dnia po skończonych zajęciach w szkółce, udała się mamusia z Maciusiem do ogródka Jordanowskiego, gdzie chłopczyk chodził przez cały rok poprzedni. Maćkowi zaświeciły się oczy, gdy zobaczył rozdokazywane, śmiejące się twarzyczki dzieci, zjeżdżających swawolnie z wysokich zjeżdżanek, nóżki manipulujące na długich huśtawkach i gimnastykujące się na drabinach.

— Tu chcę chodzić, mamusiu, ta mi się podoba! — krzyknął i klasnął radośnie w rączki.

Mamusia spojrzała uważnie na Maćka i nagle zrozumiała.

Wszystkie kłopoty rozwiązane. Przykro było mamusi wypisać synka z przedszkola, gdzie go bardzo polubili i dobrze się do niego odnosili. Ale trudno. Lepiej omyłkę dostrzec po pewnym czasie, niż wcale.

Maciuś biega po zielonym trawniku. Tak mu dobrze, że nie wie nawet, gdzie mamusia się podziała. A tak się bał z początku, by od niego nie odeszła! Ale przecież wie, że mama przyjdzie i że on rozbawiony

opowie jej swoje dzisiejsze przygody w ogródku: wpadł raz do błota, ale dobra panna Kasia zdjęła mu rajtuzki i suszyła przy piecu, a żeby mu się nie nudziło na nie czekać, dała mu do przeglądania śliczne obrazki. Raz mu też niewiadomo dlaczego krew z noska trochę pociekła, ale nie fatygował nikogo, sam sobie dał radę, — pobiegł do umywalki i polał nosek zimną wodą, a krew przestała lecieć. Co znaczą te wszystkie drobne przygody w porównaniu z rozkoszą fikania kozłów przez drabinkę, której to sztuki nauczył się Maciuś dziś właśnie! A wczoraj jaki wielki triumf osiągnął, gdy po raz pierwszy nie bał się zjechać z tej dużej, krętej zjeżdżanki! Na twarz Maciusia występują kolorki. Biegną ku niemu Krysia i Dziudzia, dwie znajome dziewczynki. Wzięli się wszyscy za rączki i pędzą w stronę grupki dzieci, która bawi się z panną Kasią.

— Do zabawy, żywo! — nawołują inne dzieci.

Wnet robi się kółeczko. I ulubiony krakowiaczek, a potem — „Stary niedźwiedź“, a potem „Powiem wam, że nie wiem sam“. Śpiewają, skaczą, tańczą. A świeży zapach zielonej trawki mile łechcze noski.

Wybawiony i zmęczony — Maciuś czuje głód. Wie, jak złemu zaradzić: dał przecież woźnemu do przechowania walizeczkę ze śniadaniem. Wnet zasiada przy stoliku na werandzie, odwija starannie dary Boże i zajada z takim apetytem, jakiego chyba nigdy jeszcze nie ujawnił przy mamusi. Aż się obce panie dziwią. Ale Maciuś pamięta, że przed śniadaniem należy umyć rączki, o czem przypominają mu też panie instruktorki, — zresztą tu tak przyjemnie się myć, bo umywaleczka taka mała, akurat dla dzieci.

Ale co to? Deszcz zaczął padać, — a mamusi jeszcze niema! To nic: panna Kasia i panna Wanda wołają dzieci na werandę. Tu będą się bawić i biegać bezpiecznie, bo weranda jest bardzo obszerna, — i nie zmokną. Było bardzo wesoło, tembardziej, że do towarzystwa przybyli jeszcze Ryś i Marysia. Szkoda tylko, że nie mogą się dziś bawić w piasku, — ale może jutro będzie ładnie, to będą sobie kopać doły i usypywać góry.

Maciuś wreszcie zmęczył się i usiadł na chwilę. Wtem — wyrosła przed nim postać mamusi. Chłopczyk zrywa się z ławki, śmieje się i woła:

— Mamo, ja jeszcze nie pójdę, — jeszcze trochę! Raz tylko fiknę koziołka!

— Nie można, syneczku, musimy już iść na obiad.

Wreszcie mamusia dała się ubłagać, pozwoliła Maciusiowi na ostatniego koziołka i oboje w zupełnej harmonji idą do domu, żegnając ogródek.

— Jurek, Krzysio — woła jeszcze zdaleka Maciuś — przyjdźcie jutro, znowu będziemy się bawić!

A mamusia zrobiła jedno ważne spostrzeżenie. Że Maciuś teraz daleko mniej jej dokucza po obiedzie. Bawi się spokojnie w kąciku lub

siedzi przy stoliku i rysuje, nie zamęczając jej tak jak dawniej. Nastąpiła ważna rzecz: Maciuś się wyładował. Wyrzucił z siebie przed obiadem zapas energji, który rozpierał jego małe ciałko. Mniej będzie teraz w domu połamanych krzeseł, porysowanych sprzętów, podartych książek i potłuczonych naczyń. Energja jego znalazła ujście w ogródku Jordanowskim, w tym raju dziecięcym z trawnikami, po których wolno biegać, na swobodzie, na czystem powietrzu, w zabawie z rówieśnikami...

R. Sztrancmanowa.

Wystawa „Wychowania przedszkolnego"

Magistrat Warszawy ma pokryć stolicę gęstą siecią przedszkoli, mieszczących się we własnych, specjalnie w tym celu budowanych gmachach. Plan ten, którego stopniowa realizacja datuje się od roku 1925—rozłożony jest na lat 50.

Plan piękny! Dotychczas magistrat ma trzy przedszkola—mieszczące się w gmachach całkowicie przystosowanych do potrzeb tego typu—reszta przedszkoli gnieździ się w lokalach nieraz całkowicie nieodpowiednich i tylko niezwykle bogata i wytrwała pomysłowość wychowawczyń i kierowniczek potrafi czynić cuda i zwalczać piętrzące się na każdym kroku braki i trudności wynikające ze złych pomieszczeń.

A mieszkańcy stolicy wołają ciągle — „więcej przedszkoli".

Bo rozwój i rozkwit przedszkoli, to nietylko wynik rozwoju koncepcji pedagogicznej, zrodzonej w głowie pedagoga, czy wychowawcy.

Idea przeszkoli została zrodzona przez samo życie. Złożyły się na nią jego dobre i złe strony. Kryzys ekonomiczny, praca zawodowa matki, tempo dzisiejszego dnia, układ stosunków we współczesnej rodzinie, konieczność wychowywania człowieka uspołecznionego, zaprawionego do wspólnych wysiłków i zbiorowej pracy — oto co jest kamieniem węgielnym, na którym i u nas i na całym kulturalnym świecie wyrosły przedszkola.

Przedszkoli domaga się nie tylko dziecko opuszczone, pozbawione opieki, samotne, przedszkole niezbędne jest dla każdego zdrowego, normalnie rozwijającego się dziecka bez względu na sytuację społeczną, czy majątkową jego rodziców.

Oczywiście o wartości przedszkoli decyduje nietylko kwestja specjalnie w tym celu budowanych gmachów, a więc kwestja związana z możliwościami finansowemi magistratów lub samorządów gminnych. Nie wątpimy, pieniądze się znajdą, a polscy architekci napewno rozwiążą szczęśliwie i mądrze problem mądrego rozplanowania tego typu budynków.

Niezwykłą i pierwszorzędną rolę

odgrywa w życiu przedszkoli dobrze przygotowana i rozumna wychowawczyni.

W tym zakresie zrobiło się już dużo i robi się bardzo wiele. Zastęp wykwalifikowanych, a co najważniejsza uspołecznionych wychowawczyń wzrasta z każdym rokiem a praca ich już daje piękne wyniki.

Ci, którzy interesują się metodą pracy w przedszkolach powinni byli obejrzeć śliczną i naprawdę ciekawą wystawę, zorganizowaną w przedszkolu na ulicy Leszno 111.

W trzech salach, w których rozmieszczono eksponaty mamy syntezę, skrót obrazujący zabawy i zajęcia dzieci na terenie przedszkoli.

Mamy więc bardzo ciekawą salę budownictwa, gdzie dzieci zdobywają, bawiąc się różnego kształtu klockami, pojęcie budowy, a nawet powiedzmy to szumnie, pojęcie konstrukcji. Obok ciekawych klocków brukselskich Decrolego i szwajcarskich Asen — znajdujemy tam kapitalnie pomyślane wielkich rozmiarów klocki typu amerykańskiego, wykonane zresztą z piękną precyzją i solidnością przez stolarza warszawskiego. Jaka szkoda—że kosztują 160 złotych. Powinnyby się znaleźć w każdem przedszkolu! Ile radości dostarczać musi dzieciom budowanie mostów, domów, wież, tak dużych rozmiarów, że praca przy ich wznoszeniu staje się wysiłkiem mięśni. Jak to strasznie przyjemnie móc przejść po moście, który się własnoręcznie zbudowało. Pod względem pomysłowości w wprowadzaniu nowych typów zabawek mogą nasze przedszkola dać bardzo dużo, są one bowiem źródłem eksperymentowania — jak dziecko z danej zabawki korzysta, jak na nią reaguje — jak się z nią zżywa. Stąd właśnie z przedszkoli powinny płynąć pomysły, wprowadzenia nowych typów zabawek. Konieczne więc będzie nawiązanie, jak najściślejszych kontaktów między wychowawcami z przeszkoli i wytwórniami zabawek. Nie wątpię ani na chwilę, że nową, dobrze pomyślaną zabawkę wnoszącą w życie dziecka wartościowe elementy matki przyjmą zawsze z zadowoleniem i że chętnie zastąpią nią marną tandetę importowaną z Niemiec.

W drugiej sali widzimy to wszystko, co służy w przedszkolu do kształtowania w dziecku poczucia barwy i linji — jest to sala rysunków i lepienia z gliny.

Na barwne rysunki dzieci, którym nie skąpi się kredki i farby, patrzymy ze wzrastającem zainteresowaniem. Nie krępowana twórczość dziecięca — przemawia do nas ze ścian, na których ręka wychowawczyń pozawieszała rysunki dzieci. Dzieci rysują to co widzą. Nie tak, jak dawniej — kiedy to kazano kopjować z książki kwiaty lub sprzęty, albo w kratkowanym zeszycie rysować — oczywista również według wzorów ławkę, stół, lampę, drabinę, kubek, konewkę lub grabie. Nuda i smutek wiały od tych pokratkowanych zeszytów, które zabijały w dziecku fantazję i twórczość.

Dziś daje się dziecku do ręki kawał papieru i dużo kolorowych kre-

dek. Rysuj teraz. Rysuj, jak spędzasz dzień w przedszkolu.

I o dziwo mamy w tych obrazkach na ścianie historje różnych dni, tygodni, miesięcy, spędzanych w przedszkolu. Opowiada nam dziecko rysunkiem i lepieniem w glinie. Jaś albo Wojtuś sześcioletni rysuje nam, jak jedzie tramwajem do przedszkola. W tramwaju jest tyle dzieci. Z każdego okna wygląda wielka głowa dziecięcia z okrągłemi oczami nastroszoną grzywą.

To znowu widzimy, jak dzieci bawią się w przeszkolu — oto dwie dziewczynki o strasznie długich szyjach i okrągłych główkach, przy których wiszą długie rozczapierzone na końcu warkoczyki, chwyciły się za rączki i kręcą się w kółko. Nogi mają cienkie jak patyki — poprostu dwie kreski, ogromne stopy i strasznie rozwiane spódniczki. No bo przecież tak strasznie prędko się kręcą. Na te „obrazy“ można patrzeć bez końca.

Lepienie z gliny nosi na sobie zbyt silne piętno ingerencji wychowawczyni, ale rysunki mówią swoim własnym barwnym, bezpośrednim, cudownym językiem. Oczywista językiem! Bo przecież nie trudno sobie wyobrazić ile razy ten język musiał się wykręcić w prawo i w lewo by dopomóc nie dość wprawnym palcom.

W trzeciej sali znajdujemy uderzające bogactwo inicjatywy pedagogicznej w zakresie ćwiczeń umysłowych dziecka do lat siedmiu.

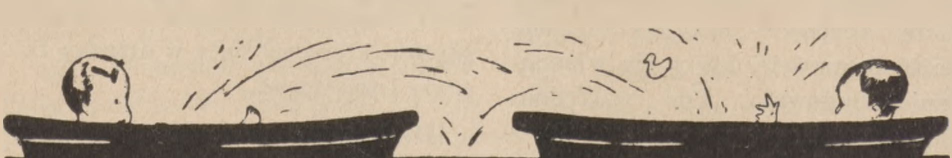
Zaiste, gdyby Mikołaj Rey z Nagłowic zobaczył — jak to dziś w Polsce w myśl jego najsłuszniejszej tezy „uczyć — igrając“ — dzieci rozwijają w sobie zdolności umysłowe— byłby napewno zdumiony.

Te wszystkie ćwiczenia to pomnażanie słownika dziecięcego, to ćwiczenia słuchu, dotyku, smaku, zmysłu termicznego, zmysłu stereognostycznego, zmysłu barycznego, ćwiczenia rachunkowe i t. d. i t. d. to są rzeczy naprawdę pięknie pomyślane. Należy z uznaniem najgłębszem podkreślić przetwarzanie i wzbogacanie przez nasze wychowawczynie wzorów wziętych od Montessori czy Decrolego, od pedagogów włoskich, belgijskich czy szwajcarskich i nadawanie tym wzorom charakteru polskiego.

Wprowadzenie do ćwiczeń przedszkolnych polskich wycinanek ludowych i najprostszych motywów haftu ludowego to pomysł bardzo szczęśliwy.

Na tę śliczną wystawę przedszkolną na Lesznie 111 złożyły się dwa czynniki: twórcza praca zamiłowanych w swym zawodzie wychowawczyń — i radosny uśmiech dzieci, którym w tem przedszkolu jest naprawdę dobrze, wesoło i swobodnie.

W. P.



Odpowiedzi na listy rodziców

1. Pani Helenie Hanserowej. Wobec tego, że synek Pani ma obecnie 7 miesięcy należy go odstawić od piersi dopiero na jesieni.

Jeżeli ma Pani nieduże pokarmu, to może on otrzymywać, jak to mu Pani w chwili obecnej daje 2 × pierś i 3 × sztuczne jedzenie.

Należy jedynie pamiętać o tem że jedno pożywienie musi się składać z kaszki na smaku z jarzyn i jarzyny. 2 mogą być mleczne, a mianowicie raz mleko z sucharkami, a raz kaszka manna lub tapioka na mleku.

O ile ospa zaszczepiona w marcu nie przyjęła się, trzeba powtórzyć w chwili obecnej.

Nie wiemy, o czem Pani myśli, mówiąc, że dziecko Pani ma miękką przednią część główki, jeżeli to dotyczy ciemienia, to zarasta ono dopiero w drugim roku życia.

2. Pani Marji Wojtkowskiej. Djeta 6-cio miesięcznego dziecka odżywianego sztucznie jest następująca. Jedzenie 5 × dziennie w odstępach 3 i pół godzinnych. Jako jedno pożywienie najlepiej w porze południowej kaszka manna na smaku z jarzyn i jarzyny. 4 × mieszanka w ilości 180 gr. na porcję.

Skład mieszanki następujący: 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1 i pół łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

Kaszkę manną w ilości 1 i pół łyż. od herbaty gotuje się na smaku z jarzyn (w chwili obecnej najlepiej z samej marchwi), aż do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr. Po ugotowaniu należy dodać 1 i pół łyż. od herb. cukru i pół łyż. od herb. świeżego masła.

Jarzyna musi być dobrze rozgotowana, przetarta i zaprawiona masłem i cukrem do smaku. Porcja jarzyn stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb. Z jarzyn w chwili obecnej można dziecku dawać marchew, buraki, szpinak, sałatę.

Mączkę Nestle'a można dawać w mieszance zamiast kleiku owsianego.

Oprócz powyższego mały powinien dostawać surowe soki w ilości 6 łyż. na dobę. Sok w chwili obecnej może być z pomarańczy, cytryny, lub też marchwi.

Z chwilą ukończenia przez dziecko 7-iu miesięcy należy jedną mieszankę zamienić na pełne mleko z cukrem z dodatkiem 2 sucharków.

W sprawie dalszego odżywiania prosimy zwrócić się do nas ponownie, lub też korzystać ze wskazó-

wek umieszczanych w odpowiedziach dla innych matek.

3. Pani Janinie Żrałkowej. W 2 miesiącu życia niemowlę powinno być odżywiane tylko 6 × na dobę w odstępach 3 godzinnych. Najwygodniejszemi godzinami są 6, 9, 12, 15, 18, 21. W nocy nie powinno niemowlę zupełnie być karmione.

Jeżeli z powodu pracy Pani mały musi być 1 lub 2 razy karmiony sztucznie, wówczas jako pożywienie powinien otrzymywać mieszankę o składzie 1 część mleka, 1 część wody z dodatkiem 1 i pół łyż od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki. Poszczególna porcja pożywienia w 5-tym tygodniu — 110 gr., w 6-tym — 120 gr. Z chwilą ukończenia przez małego 2 miesięcy zamiast wody do mieszanki dodać należy kleik owsiany.

O ile dziecko dostaje polarin, niema potrzeby dawać mu w chwili obecnej surowych soków.

Kąpać należy dziecko raz dziennie, najlepiej przed ostatniem pożywieniem. W czasie kataru można dziecko kąpać.

Na spacerze w chwili obecnej dziecko może przebywać kilka godzin. Na spacer powinno być tak ubrane, aby się nie pociło.

Przy stosowaniu odpowiedniej djety i w odpowiedniej ilości, dziecko powinno mieć regularne wypróżnienia.

4. Pani Janinie Lencowej. 7-io miesięczne niemowlę powinno jadać 5 razy na dobę, w odstępach 3 i pół godzinnych. A mianowicie powinno otrzymywać 3 razy pierś, 1 raz kaszkę i jarzynę i 1 raz mleko pełne w ilości 180 gr. z dodatkiem 2 łyż. od herb. cukru i 2 sucharków.

W sprawie przygotowania kaszki na smaku z jarzyn odsyłamy Panią do odpowiedzi na list Nr. 2 Pani Marji Wojtkowskiej.

Sądzimy, że przy powyższej djecie oraz stosowaniu surowych soków, skrobanego jabłka zaparcia ustąpią.

5. Pani Marji Toporkiewiczowej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

6. Pani Aurelji Spiewakowej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

7. Pani Marji Winiarskiej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

8. Pani Marji Bolczakowej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

9. Pani Zofji Walickiej. Djeta stosowana dotychczas przez Panią może pozostać nadal. Sądzimy, że mleko Pani słodzi. Jako dodatek do mleka należy dawać sucharki. Jeżeli gruczoł na szyi jest mały i nie powiększa się, można w tej chwili pozostawić go w spokoju. Co do noska, uważamy, że wydzielina powinna być ponownie zbadana bakterjologicznie.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.